

Согласовано:  
директор МБОУ «Кореизская СШ имени  
Героя Советского Союза П.П. Кулешова»

Баранов О.В.

Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель

Черненко Е.О.

МЕНЮ

Дата:

14.02.2021



Возрастная категория: 7-10 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>8 день</b>					
<b>Рацион 1</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ	200	6,6	4,0	17,2	124,0
БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О	120/20	5,3	8,2	49,3	287,6
КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	3,6	5,2	23,9	144,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	8,5	51,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>17,1</b>	<b>18,0</b>	<b>98,9</b>	<b>607,8</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>73,71 руб.</b>
<b>Рацион 2</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,5	3,0	1,0	36,9
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	7,4	9,1	8,9	151,3
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ	60/40	10,0	9,0	18,6	176,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,7	5,3	22,0	148,8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	20,1	98,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,3	1,8	17,4	109,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	12,8	77,7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>780</b>	<b>29,0</b>	<b>29,4</b>	<b>100,8</b>	<b>798,9</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>102,80 руб.</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>46,1</b>	<b>47,4</b>	<b>100,8</b>	<b>1 406,7</b>

Возрастная категория: 11-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>8 день</b>					
<b>Рацион 3</b>					
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ	200	6,6	4,0	17,2	124,0
БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ, ДЖЕМОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ Т/О	120/20	5,3	8,2	49,7	289,3
КАКАО СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	3,6	5,2	23,9	144,5
БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>630</b>	<b>22,6</b>	<b>20,2</b>	<b>133,5</b>	<b>792,3</b>
<b>Обед</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ) С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	0,8	4,9	2,5	62,5
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	8,2	10,5	11,1	177,0
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ	60/40	10,0	9,0	18,6	176,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,5	5,5	26,4	170,9
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	20,1	98,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,4	2,7	26,1	164,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,4	1,3	17,0	103,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>930</b>	<b>33,9</b>	<b>34,3</b>	<b>121,8</b>	<b>952,9</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>56,5</b>	<b>54,5</b>	<b>255,3</b>	<b>1 745,2</b>
<b>Стоимость рациона:</b>					<b>205,75 руб.</b>

Повар

*Закурьнова ЗФ*